



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LENÇÓIS PAULISTA – COZINHA PILOTO

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO PERÍODO INTEGRAL FUNDAMENTAL (06-14 anos) | ABRIL / 2026

Data	Entrada	Almoço ou Jantar	Última refeição
01/04/26	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Arroz, feijão e pernil cubos com batata Salada de tomate	Lanche c/ molho de carne moída
02/04/26	Pão c/ margarina e leite com cacau	Arroz, feijão e carne bovina iscas acebolada Salada de pepino Melancia	Lanche c/ requeijão
03/04/26	FERIADO		
Composição nutricional média semanal Energia: 944,73 kcal CHO: 124,88 g (53,3% VET) PTN: 47,99 g (20,5% VET) LPD: 27,25 g (26,2% VET) Fe: 4,06 mg Ca: 263,49 mg			
06/04/26	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Arroz, feijão e carne bovina cubos com cenoura Salada de beterraba	Lanche c/ molho de carne moída
07/04/26	Pão c/ margarina e leite com cacau	Arroz, feijão e frango em tiras com batata, milho e ervilha Salada de alface Laranja	Lanche c/ requeijão
08/04/26	Pão c/ margarina e leite com cacau	Arroz, feijão e carne bovina iscas com tomate Salada de repolho	Lanche c/ molho de frango desfiado
09/04/26	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Arroz, feijão e pernil cubos com mandioca e cheiro verde Salada de tomate Melão	Lanche c/ margarina
10/04/26	Pão c/ margarina e leite com cacau	Arroz, feijão preto com carnes (carne pedaços, calabresa, pernil e bacon) Salada de couve	Lanche c/ requeijão
Composição nutricional média semanal Energia: 973,18 kcal CHO: 131,05 g (54,1% VET) PTN: 49,37 g (20,4% VET) LPD: 27,41 g (25,5% VET) Fe: 4,15 mg Ca: 283,38 mg			
13/04/26	Pão c/ margarina e suco	Arroz, feijão e frango cubos com batata e cenoura Salada de repolho	Lanche c/ requeijão
14/04/26	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Arroz, feijão e pernil cubos acebolado Salada de chicória Banana	Lanche c/ molho de frango desfiado
15/04/26	Pão c/ margarina e leite com cacau	Arroz, feijão e carne bovina moída com milho e ervilha Salada de tomate	Lanche c/ requeijão
16/04/26	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Arroz, feijão e frango tiras com batata Salada de pepino Maçã	Lanche c/ molho de carne moída
17/04/26	Pão c/ doce de leite e leite com cacau	Arroz, feijão e carne bovina cubos com mandioca Salada de acelga	Lanche c/ margarina
Composição nutricional média semanal Energia: 962,5 kcal CHO: 132,08 g (55,0% VET) PTN: 51,39 g (21,4% VET) LPD: 25,13 g (23,6% VET) Fe: 3,57 mg Ca: 269,03 mg			
20/04/26	PONTO FACULTATIVO		
21/04/26	FERIADO		
22/04/26	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Arroz, feijão e frangos cubos com cenoura Salada de repolho	Lanche c/ margarina
23/04/26	Pão c/ margarina e leite com cacau	Arroz, feijão e carne bovina iscas com milho e tomate Salada de pepino Melancia	Lanche c/ molho de frango desfiado
24/04/26	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Macarronada ao molho de carne moída Salada de couve	Lanche c/ frios
Composição nutricional média semanal Energia: 913,79 kcal CHO: 117,87 g (51,5% VET) PTN: 52,39 g (22,9% VET) LPD: 26,14 g (25,7% VET) Fe: 3,69 mg Ca: 315,20 mg			
27/04/26	PONTO FACULTATIVO		
28/04/26	FERIADO		
29/04/26	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Arroz, feijão e carne bovina cubos com mandioca Salada de beterraba	Lanche c/ margarina
30/04/26	Pão c/ margarina e leite com cacau	Arroz, feijão e pernil cubos com batata Salada de alface Abacaxi	Lanche c/ molho de carne moída
Composição nutricional média semanal Energia: 995,24 kcal CHO: 132,99 g (53,8% VET) PTN: 48,11 g (19,5% VET) LPD: 29,38 g (26,7% VET) Fe: 4,15 mg Ca: 279,82 mg			
OBS.: Cardápio sujeito a alterações pela nutricionista. Os legumes que não forem ser usados até sexta-feira da semana da entrega, devem ser branqueados e congelados			

Ciente da obrigatoriedade em seguir o cardápio diariamente:

Helen Dias Martins

Nutricionista Alimentação Escolar

CRN/3 78663

Helen Dias Martins
NUTRICIONISTA
CRN/3 78663

Assinatura direção